尿路

市販のヘルペス治療薬について知っておきたいこと

4月 19, 2026 - By Dr. Ammu Muraleedharan

口元の端に、かゆみやピリピリするような違和感、ヒリヒリするような感覚が突然あらわれ、やがて小さな水ぶくれができて痛み出す——。こうした口唇ヘルペスを経験したことがある人もいるのではないでしょうか。

前ぶれもなく出てくることが多く、重要な打ち合わせや人と会う予定、忙しい一日の直前に重なってしまうこともあります。そうなると、話す・食べる・笑うといった何気ない動作でさえ、つらく感じられることがあります。

症状が急に現れることもあり、薬局で手軽に買えるヘルペスの塗り薬を探す人も少なくありません。ネットで買える薬を購入したり、薬のオンライン通販などで事前に情報を確認する人も増えています。ドラッグストアには、口唇ヘルペスの症状を抑えるためのクリームや軟膏がいくつか並んでいますが、どれを選べばよいのか迷うこともあるでしょう。「できるだけ早く治したい」「水ぶくれがひどくならないうちに食い止めたい」と感じるのも自然なことです。

早めにケアを始めることで、症状の進行を抑え、回復を助けられる場合があります。市販のヘルペス治療薬がどのように働くのか、どのタイミングでどう使うのがよいのかを知っておくと、いざというときにも落ち着いて対応しやすくなります。

このコラムでは、市販のヘルペス治療薬の仕組みや主な成分、薬局での選び方のポイント、そして医療機関を受診した方がよい場合について解説します。

目次 (もくじ)

1. 口唇ヘルペスとは？なぜ繰り返し再発するのか
2. ヘルペス治療用の市販薬はどう働くのか
3. 薬局で選べるヘルペス市販薬の種類
4. 市販薬でヘルペスを1日で治す方法はある？
5. ヘルペスで医師の診察を受けるタイミング
6. 自宅でヘルペス軟膏を安全に使うためのポイント
7. まとめ
8. よくある質問
9. 参考文献：
10. 免責事項

口唇ヘルペスとは？なぜ繰り返し再発するのか

口唇ヘルペスは、「熱の花」や「唇のヘルペス」とも呼ばれる症状で、単純ヘルペスウイルスによって起こります。多くは単純ヘルペスウイルス1型（HSV-1）が原因です。

このウイルスは一度体内に入ると完全に排除されることはなく、神経細胞の中に潜伏した状態でとどまります。ストレス、体調不良、疲労、強い日差しに当たるなどをきっかけに免疫力が低下すると、再び活性化して症状が現れます。

そのため、再発時には次のような症状が見られます。

- 唇のピリピリ・ヒリヒリ・ムズムズする感覚
- 口元にできる小さくて痛みを伴う水ぶくれ
- 赤みや腫れ
- やがて破れてかさぶたになる水ぶくれの発生

多くの場合、症状は7〜14日ほどで自然におさまりますが、初期の段階からケアを始めることで、不快感を和らげたり、回復までの期間を短くできる可能性があります。

市販の口唇ヘルペス治療薬は、特に過去に医師から診断を受けたことがある人が、再発時に使用するものとして広く用いられています。

ヘルペス治療用の市販薬はどう働くのか

ドラッグストアなどで購入できるヘルペス治療用の軟膏やクリームには、ヘルペスウイルスの増殖を抑える抗ウイルス成分が配合されています。これらの薬は体内のウイルスを完全に取り除くものではありませんが、発症時のウイルスの増殖を抑えることで、症状の悪化を防ぐ働きがあります。

主な有効成分には次のようなものがあります。

アシクロビル

アシクロビルは、ヘルペス感染症の治療に広く使われている代表的な抗ウイルス薬です。ウイルスが遺伝子を複製する過程を妨げ、増殖のスピードを遅らせます。市販のヘルペス軟膏の有効成分として配合されることが多い成分です。

ビダラビン

ビダラビンも、ウイルスの増殖（複製）を抑える抗ウイルス成分の一つです。外用クリームでは、アシクロビルの代わりにこの成分が使われることもあります。

バラシクロビルとファムシクロビル

これらは主に内服薬として処方されることが多い抗ウイルス薬で、市販薬というより医師の処方薬として用いられます。体の中で作用し、より強い治療が必要な場合に医師が選択することがあります。

薬局で買える外用薬は皮膚の表面で作用するのに対し、処方薬の内服薬は全身に働きかける点が大きな違いです。内服薬による治療を受けるには、医師の診察と処方が必要です。

薬局で選べるヘルペス市販薬の種類

薬局でヘルペスの市販薬を探すと、口唇ヘルペス（風邪や疲れのあとに出る唇の水ぶくれ）に対応した塗り薬が中心になります。いずれも、症状が出ている部分に直接塗って使う外用薬です。

代表的なタイプには、次のようなものがあります。

アシクロビル軟膏

アシクロビル軟膏は、口唇ヘルペスの再発時に広く使われている市販薬の一つです。初期の段階で塗り始めることで、ウイルスの増殖を抑える働きが期待できます。ヘルペスに効く塗り薬として知られる代表的な成分で、処方薬にも同じ有効成分が使われています。

ビダラビンクリーム

一部のヘルペス軟膏には、アシクロビルと似た働きをもつビダラビンが配合されています。アシクロビルが合わない場合の選択肢として使われることもあります。

抗ウイルス成分配合の口唇ヘルペス用クリーム

薬局には、症状緩和を目的とした複合型のクリームもあります。こうした製品には、抗ウイルス成分のほか、皮膚を保護したり、刺激を和らげたりする成分が一緒に含まれていることがあります。多くの市販ヘルペス外用薬は小さなチューブ入りで、1日に数回患部に塗るようになっています。

治療は、ピリピリ、ムズムズといった違和感やかゆみを感じた「ごく初期」の段階から始めることが望ましいとされています。

市販薬でヘルペスを1日で治す方法はある？

「市販薬でヘルペスを1日で治せるのか」という疑問はよく聞かれます。突然水ぶくれができると、「すぐに消せる薬はないか」と考えたくなるものです。

ただ実際には、ヘルペスは自然な経過の中で回復していく感染症で、治るまでにはある程度の時間がかかります。早い段階で治療を始めたとしても、体がウイルスの活動を抑え、傷ついた皮膚が回復するまでには数日を要します。

薬局で買える抗ウイルスのクリームや軟膏は、特に発症のごく初期、唇にピリピリした違和感やかゆみを感じ始めた段階で使い始めることで、症状のコントロールに役立ちます。

こうした外用薬には、次のような効果が期待できます。

- 症状のつらさをやわらげる
- 回復までの期間をいくらか短くする
- 水ぶくれの悪化を抑える

ただし、市販薬でヘルペスウイルスを完全に体から取り除いたり、1日で完全に治してしまうことはできません。ウイルスは体内にとどまり、将来的に再び活動することがあります。

もし発疹が重症化したり、強い痛みを伴ったり、再発をくり返す場合には、より強力な処方薬による治療が必要になることがあります。その際には、医師が、バラシクロビルやファムシクロビルといった内服の抗ウイルス薬を処方し、より効果的に全身からウイルスの活動を抑える治療が行われます。

ヘルペスで医師の診察を受けるタイミング

口唇ヘルペスに対する市販薬は、軽症で再発を繰り返すタイプには使いやすい選択肢です。多くの人は、唇のピリピリ感やかゆみ、小さな水ぶくれに気づいたとき、薬局で抗ウイルスクリームや軟膏を購入して使います。こうした外用薬は、不快感をやわらげたり、自然な治りを助ける一助になることがあります。

一方で、市販薬だけに頼らず、医師の診察を検討した方がよい場面もあります。医師は、症状の状態を詳しく確認し、より強い治療が必要かどうかを判断したうえで、最適な治療法を提案します。

次のような場合には、医師の診察を受けることをおすすめします。

- 初めての発症と思われる場合（正確な診断が特に重要なため）
- 痛みが強く、食事や会話、水分摂取がつらい場合
- 水ぶくれが唇以外にも広がっている場合（鼻まわり、顔、口の中など）
- 市販薬を数日使っても改善が見られない場合
- 発症を短い間隔で繰り返している場合

こうしたケースでは、バラシクロビルやファムシクロビルといった飲み薬の抗ウイルス薬が処方されることがあります。これらの内服薬は全身に作用するため、外用薬のみの場合よりも効果的にウイルスの増殖を抑えられる可能性があります。

自宅でヘルペス軟膏を安全に使うためのポイント

ヘルペス用の軟膏やクリームを正しく使うことは、症状のコントロールだけでなく、ウイルスが広がるのを防ぐうえでも重要です。

主な注意点は次のとおりです。

- 水ぶくれにはなるべく触れない
  ヘルペスの水ぶくれの中には、多くのウイルスが含まれています。触ると、体の他の部分に感染を広げてしまうおそれがあります。
- 塗るときは綿棒などを使う
  軟膏やクリームを塗る際は、綿棒などを使うと、指先から別の場所へウイルスが移るのを防ぎやすくなります。また、チューブの口に患部が直接触れにくくなり、薬自体の汚染を防ぐことにもつながります。
- 水ぶくれをつぶさない
  水ぶくれを無理につぶすと、かえって治りが遅くなったり、細菌感染のリスクが高まる可能性があります。
- こまめに手を洗う
  手指の衛生を保つことは、他の人への感染を防ぐうえでも非常に大切です。
- 身のまわりの物を共有しない
  発症している間は、タオル、リップクリーム、食器やカトラリーなどの共有を避けましょう。

まとめ

単純ヘルペスウイルスによって起こる口唇ヘルペスは、突然現れ、痛みや不快感を伴うことが多い症状です。薬局では、市販のヘルペス治療薬として、皮膚の表面でウイルスの活動を抑える抗ウイルスクリームなどが販売されています。こうした外用薬は、特に口唇ヘルペスをくり返す人が発症の初期から使うことで、症状のコントロールに役立つ場合があります。

ただし、市販薬でヘルペスを完全に治したり、ウイルスそのものを体から排除することはできません。症状が重い場合や発症を繰り返す場合、また初めての発症と思われる場合には、適切な治療につなげるためにも医師に相談することが大切です。

よくある質問

Q1．処方せんなしで薬局でヘルペスの薬を買うことはできますか？

A．はい。口唇ヘルペス用の軟膏や抗ウイルスクリームの一部は、薬局で購入できます。ただし、より強い効果を期待する飲み薬の抗ウイルス薬は、医師の処方が必要です。

Q2．どのくらい早く治療を始めるべきですか？

A．唇のまわりにピリピリ、ヒリヒリ、かゆみといった違和感を感じた段階で、できるだけ早く口唇ヘルペス用の薬を塗り始めることが望ましいとされています。

Q3．市販薬は性器ヘルペスにも使えますか？

A．薬局で売られている多くの外用薬は、繰り返し起こる唇のヘルペスを対象にしたものです。性器ヘルペスの場合は、医師による診断と処方薬による治療が必要になることがほとんどです。

Q4．鼻の中にヘルペス用軟膏を使ってもよいですか？

A．鼻のまわりにヘルペスの病変が出る人もいますが、鼻の中に薬を塗ってよいかどうかは、必ず医療の専門家に相談してください。

Q5．口唇ヘルペスはどのくらい続きますか？

A．治療を何もしない場合、多くは1〜2週間ほどで自然に治ります。抗ウイルスクリームを使うことで、回復までの期間が短くなる可能性があります。

Q6．女性の性器ヘルペスに使える市販薬はありますか？

A．はい、皮膚の刺激をやわらげることを目的とした市販のクリームがある場合もあります。ただし、性器ヘルペスは、通常は医師による診断と抗ウイルス薬の処方治療がより効果的とされています。

Q7．鼻にできるヘルペス用の市販薬はありますか？

A．はい、鼻のまわりに出る口唇ヘルペスの症状に対して、市販の抗ウイルスクリームが役立つ場合があります。初期から使うことで治りを助けることが期待できますが、症状が重い場合や何度もくり返す場合には、医師の診察を受けることをおすすめします。

参考文献：

Fatahzadeh M, Schwartz RA. Human Herpes Simplex Virus Infections. Available From: Https://Www.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/Books/NBK47447/

Spruance SL, Nett R, Marbury T, Wolff R, Johnson J, Spaulding T. Acyclovir Cream For Treatment Of Herpes Simplex Labialis: Results Of Two Randomized, Double-Blind, Vehicle-Controlled Clinical Trials. Antimicrob Agents Chemother. 2002;46(7):2238-2243. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/12069980/

Fiddian AP, Yeo JM, Stubbings R, Dean D. Successful Treatment Of Herpes Labialis With Topical Acyclovir. Br Med J. 1983;286(6379):1699-1701. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/6405939/

Spruance SL, Schnipper LE, Overall JC Jr, Kern ER, Wester B, Modlin J, Et Al. Treatment Of Herpes Simplex Labialis With Topical Acyclovir. J Infect Dis. 1982;146(1):85-90. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/7045255/

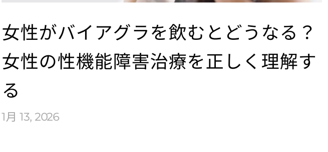
Spruance SL, Jones TM, Blatter MM, Vargas-Cortes M, Barber J. High-Dose, Short-Duration Valacyclovir Therapy For Episodic Treatment Of Cold Sores. Antimicrob Agents Chemother. 2003;47(3):1072-1080. Available From: Https://Pubmed.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/12604544/

免責事項

本サイトで提供している情報は、事実やエビデンスに基づいた教育的・情報提供のみを目的としており、内容の完全な正確性を保証するものではありません。掲載内容は執筆時点の情報に基づいており、その後の状況の変化により変更される場合があります。本コラムの情報を、医療従事者による助言、診断、治療の代わりとして用いないでください。本サイトの利用により生じたいかなる損害についても、当方は一切の責任を負いかねます。

RELATED POSTS

男性の性器ヘルペスの症状とは
4月 18, 2026



女性がバイアグラを飲むとどうなる？女性の性機能障害治療を正しく理解する
1月 13, 2026

症状

- 老化と肌の問題
- AGA/FAGA
- ストレス管理（気分とエネルギー）
- 免疫力とアレルギー
- 体重管理
- 血圧
- 消化器系の問題
- 骨と関節
- 栄養とライフスタイル
- 性感染症
- 性機能障害（EDと早漏）

クイックリンク

HOME

ニュース

閲覧履歴

お気に入り

カート

お知らせ

新規登録

ショップに戻る

注文方法

© 2026 お薬ショップ All Rights Reserved.